

Welche Bepflanzung auf dem Balkon erlaubt ist

Mit den ersten wärmeren Tagen des Jahres zieht es viele Menschen wieder nach draußen. Auch Balkone erwachen aus dem Winterschlaf: Gartenhandschuhe werden hervorgeholt, Blumenkästen gesäubert, erste Pflanzen stehen bereit.

Doch so verlockend die Frühjahrs-sonne auch ist - nicht alles, was auf dem Balkon mit Pflanzen möglich scheint, ist auch erlaubt. Aber wo verlaufen die Grenzen zwischen persönlicher Freiheit und Rücksicht auf die Nachbarschaft? Rechtsanwältin Melina Pier von der Arbeitsgemeinschaft Mietrecht und Immobilien im Deutschen Anwaltverein beantwortet einige der wichtigsten Fragen:

Können Nachbarn oder Vermieter grundsätzlich verbieten, Balkonpflanzen aufzustellen?

„Nein, ein pauschales mietvertragliches Verbot zum Aufstellen von Balkonpflanzen benachteiligt Mieter und Mieterinnen unangemessen und wird meist unwirksam sein“, sagt Pier. Balkonpflanzen aufzustellen, gehört zur üblichen mietvertraglichen Nutzung einer Wohnung. Auch die Hausordnung einer Wohnungseigentümergeinschaft darf die Freiheit des Einzelnen nicht in einem solchen Maß einschränken.

Nur wenn andere Hausbewohner durch die Pflanzen erheblich beeinträchtigt oder bauliche Vorgaben verletzt werden, kann Mie-



So schön bunt hier: In der Auswahl der Pflanzen sind Mieter nicht limitiert, solange sie Rücksicht auf die Nachbarn nehmen.

FOTO: BRITTA PEDERSEN

tern und auch Eigentümern in einer Wohnungseigentümergeinschaft Einhalt geboten werden. „Dann kann eine Einschränkung der Bepflanzung verlangt werden“, sagt Pier.

Bin ich in der Auswahl der Pflanzen limitiert?

Grundsätzlich nicht. „Allerdings gilt auch auf dem Balkon das nachbarschaftliche Rücksichtnahmegebot“, sagt Melina Pier. Stark riechende, besonders ausla-

dende Gewächse oder solche, die Nachbarbalkone überwuchern oder erheblich beschatten könnten aber problematisch werden.

Entscheidend ist der Rechtsanwältin zufolge immer, ob im Einzelfall tatsächlich eine wesentliche Beeinträchtigung im rechtlichen Sinne vorliegt.

Ist auch das Aufstellen eines Hochbeets auf dem Balkon erlaubt?

„Auch das Aufstellen eines

Hochbeets kann nicht pauschal verboten werden“, sagt Rechtsanwältin Pier. Weil ein solches Hochbeet aber recht schwer werden kann, müsse immer darauf geachtet werden, dass die statische Belastungsgrenze des Balkons nicht überschritten wird.

„Balkone sind für übliche Möblierung und Bepflanzungen ausgelegt“, sagt Pier. Sehr große und schwere Konstruktionen könnten darum problematisch sein. Mieter sollten im Zweifel

beim Vermieter nachfragen.

Darf ich meine Balkonpflanzen außen am Geländer montieren?

„Blumenkästen dürfen grundsätzlich auch außen am Balkongeländer angebracht werden, sofern die Hausordnung nichts anderes vorsieht“, sagt Pier. Dort müssen sie aber sicher und stabil befestigt sein, damit sie nicht herabfallen können.

„Löst sich ein Balkonkasten und verursacht Schäden - zum Beispiel an darunter parkenden Autos -, haftet in der Regel die Person, die ihn angebracht hat“, sagt Pier. Gegebenenfalls springt aber die eigene private Haftpflichtversicherung ein. Darum sollten selbst stabile Halterungen regelmäßig auf den sicheren Sitz kontrolliert und vor Unwetter oder Extremwetterereignissen entsprechend geschützt werden.

Müssen unter mir wohnende Nachbarn tropfendes Gießwasser hinnehmen?

„Ein paar Tropfen Wasser beim Blumengießen lassen sich kaum vermeiden und werden rechtlich meist als sozialadäquat angesehen“, sagt Melina Pier. Tropft das Gießwasser aber dauerhaft und stark, sodass der darunterliegende Balkon regelmäßig durchnässt, müssten Nachbarn das nicht hinnehmen.

„In Extremfällen kann hier eine Störung des Hausfriedens angenommen werden“, sagt Pier. Vermieter könnten dann etwa eine Abmahnung aussprechen. (dpa)

Gute Nachricht: Bei Rückenschmerzen ist meist nichts kaputt

Könnte es ein Bandscheibenvorfall sein? Ein verrutschter oder sogar gebrochener Wirbel? Wer auf einmal Kreuzschmerzen hat, dreht gern mal Grübelschleifen - verständlicher Weise.

Rücken-Experten können für die allermeisten Fälle aber Entwarnung geben. „Schmerz ist ein Warnsignal, aber er ist nicht automatisch gleichbedeutend mit einer strukturellen Schädigung“, so Prof. Frank Hildebrand, Präsident der Deutschen Gesellschaft für Orthopädie und Unfallchirurgie (DGOU).

Typische Ursache für „Rücken“: Bewegungsmangel

Der Großteil der Kreuzschmerzen gilt als nicht-spezifisch. Das heißt: Dahinter steht keine gefährliche Ursache wie ein Bruch, ein Bandscheibenvorfall oder ein Tumor.

Das deutlich wahrscheinli-

chere Szenario ist, dass Muskeln und Bänder empfindlich auf Bewegungsmangel, monotone Belastungen oder ungewohnte Aktivitäten reagiert haben - und nun verspannt sind.

Bloß nicht Bett oder Sofa hüten!

Was also tun, wenn es im Rücken zieht? Wer sich nun aufs Sofa oder Bett verkrümelt und Bewegung vermeidet, riskiert, dass sich die Beschwerden verstärken. Längere Schonung erhöht der DGOU zufolge sogar das Risiko dafür, dass die Schmerzen chronisch werden.

Denn der Rücken ist für Bewegung gemacht. Die Rücken-Experten raten, mit dem Alltag und auch mit körperlicher Aktivität - soweit es die Beschwerden zulassen - weiterzumachen. Gut eignen sich jetzt auch Spaziergänge.

Übung für den unteren Rücken: Katze-Kuh

Und auch über Übungen wie „Katze - Kuh“ freut sich der untere Rücken.

So geht's: Los geht es im Vierfüßlerstand - die Hände stehen direkt unter den Schultern, die Knie unter den Hüften, der Rü-

cken ist gerade. Mit dem Einatmen hebt man nun Kopf und Po an und lässt den Bauch durchhängen. Das ist die Kuh.

Mit dem Ausatmen wird dann der Rücken gerundet, das Kinn wandert zur Brust - eine Haltung, die an einen Katzenbuckel erinnert. All das kann man fünf-

bis zehnmal wiederholen.

Was noch eine Wohltat sein kann: bei Kreuzschmerzen auf den Rücken legen und die Beine hochlegen, etwa auf einem Sofakissen.

Warnzeichen, denen man nachgehen sollte

Auch wenn die meisten Rückenschmerzen nicht gefährlich sind: In einigen, wenigen Fällen steht doch eine ernste Ursache dahinter. Warnzeichen, die einen in die Arztpraxis führen sollten, sind laut der DGOU unter anderem:

- Gefühlsstörungen
- Lähmungen
- sehr starke Schmerzen, bei denen man sich kaum bewegen kann
- wenn Rückenschmerzen nach einem Unfall auftreten
- wenn es eine Vorgeschichte mit einem Tumor gibt (dpa)



Bei Rückenschmerzen ist Schonen angesagt? Das ist ein Mythos.

FOTO: CHRISTIN KLOSE